

# くらしのガイド 佐伯区版

## 健康

### 地域支えあい課

☎943-9731、943-9733、943-9728、☎923-1611

#### 各種がん検診を受診する人へ

生活保護世帯・市民税非課税世帯(世帯全員分)・70歳以上のいずれかであることを証明するものか、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料

申請のついた検診は、受診希望日の前日までに、集団検診予約専用ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、電話でのやり取りが難しい人は、☎504-2258)へ。インターネット予約(右二次元コード)も可



- ①健康診査(特定健康診査、後期高齢者の健康診査など)
- ②肺がん・大腸がん検診
- ③結核健診

①②今年度末で40歳以上。①は国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者などが対象。③今年度末で65歳以上。いずれも会社などで受診できる人は除く。受診は年1回

期日	会場	時間
10/15(火)	区役所別館	9:00~11:30
10/17(木)	五日市公民館	

①③無料、②各400円  
持受診券(①③は保険証も)  
当日会場。大腸がん検診の採便容器は、受診券に同封しているはがきで事前に請求を

**胃がん検診(X線)**  
期日、会場、時間は健康診査(上記表)と同じ。

今年度末で40歳以上  
¥1,100円  
持受診券

**子宮頸がん検診**、**乳がん検診**  
期日、会場、時間は健康診査(上記表)と同じ。

①受診時に20歳以上の女性、②今年度末で40歳以上の女性(いずれも受診は2年に1回)

①1,000円、②1,500円  
持受診券

申請

### 「佐伯区民作品展」作品募集

区内に在住か通勤・通学、区内で創作活動をしている人  
11月3日(日)~10日(日)  
区民文化センター  
【部門】絵画、書、写真、彫刻、陶芸、手工芸など  
【点数】1人1点  
所定の申込用紙で、9月15日

### ミニ人間ドック

健康診査、胃がん(X線)・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がんの検診を同時に受診できます。対象者、自己負担金、持参するものは各健診・検診と同じ。期日、会場、時間、は健康診査(左記表)と同じ。

申請  
**栄養相談日**  
8月7日(水)9:30~11:00  
区役所別館

管理栄養士による個別相談  
申請電話(☎943-9731)かファクスで。先着3人

**こころの相談**  
9月5日(木)13:30~15:00  
区役所別館

精神科医による個別相談  
申請電話(☎943-9733)で。先着2人

### 原爆被害対策部 援護課

☎504-2195、☎504-2257

### 被爆者健康診断

期日	会場	時間
8/19(月)	五月が丘公民館	9:30~11:30
8/20(火)	区役所別館	
8/27(火)		

※肺がん検診を同時に受診可

### 被爆者胃がん、肺がん検診

期日	会場	時間
8/19(月)	五月が丘公民館	9:00~10:30
8/20(火)	区役所別館	

申請予約制。電話で(肺がん検診は予約不要)

### 被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
8/9(金)	石内福祉センター	9:30~11:00
8/27(火)	区役所別館	
8/30(金)	八幡東公民館	

申請予約制。電話で

## 催し

### 佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742  
休月(12日は除く)、13日(火)

### おはなし会

幼児・小学生と保護者  
8月10日(土)11:00、24日(土)14:00から各約30分  
区民文化センター  
絵本の読み聞かせなど  
当日会場。先着各30人

### 乳幼児向けおはなし会

乳幼児と保護者  
8月28日(水)10:30、11:10から各約20分  
区民文化センター

絵本の読み聞かせなど  
当日会場。先着各20組

### テーマ別図書の展示「平和な世界を」

8月31日(土)まで  
平和への思いを伝える本の展示



### 図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134  
休月(12日は除く)、13日(火)

### おはなし会

幼児・小学生と保護者  
8月10日(土)11:00から30分  
絵本の読み聞かせなど

### 湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600  
休月(6日は除く)

### 湯来フットサルフレンドリーマッチ

高校生\*以上(相互審判ができるチーム)  
9月14日(土)19:00~22:00(18:00から練習可)  
他のチームと交流試合  
¥2,500円/チーム  
8月10日(土)10:00から24日(土)までに電話か窓口で。抽選5チーム(1チーム10人まで)



## お知らせ

**献血にご協力**  
400mlのみ受け付け。

期日	場所	時間
8/25(日)	石内北小学校	10:00~14:00

園生活課(☎943-9725、☎923-1611)

### 区の花「コスモス」の種を配布中!



種まき後、2~3カ月で開花します。丈夫で初心者でも育てやすい品種です。数量限定なので、お早めに!

各公民館、地域起こし推進課(区役所本館)  
園同課(☎943-9705、☎943-9718)

### 「やるき・げんき・さえき祭り」ボランティア募集

区内に在住か通勤・通学している人  
9月28日(土)13:00~15:00、29日(日)9:00~15:30  
区役所別館  
①会場設営、②区で活動するボランティアグループによる福祉体験などの運営サポート  
8月20日(火)までに、電話かファクス、申し込みフォーム(右二次元コード)で、区社会福祉協議会へ。先着20人  
☎921-3113、☎924-2349



## 子育て

### 地域支えあい課

☎943-9731、☎923-1611

### 離乳食教室(スタート編)

4~7カ月の乳児の保護者  
8月21日(水)10:00~11:30  
区役所別館

初期・中期の離乳食の進め方の話と調理実演

アプリ「母子モ」(右二次元コード)か電話で。先着20人



区HP ページ番号 159420

### 乳幼児健康相談室

乳幼児と保護者

期日	場所	時間
9/2(月)	坪井公民館	9:30~11:00
9/9(月)	五月が丘公民館	
9/12(木)	藤の木公民館	
9/19(木)	八幡公民館	
9/20(金)	河内公民館	
9/24(火)	保健センター	

身体計測・育児相談  
母子健康手帳、バスタオル  
当日会場  
園同課(☎943-9733)

### こども家庭センター(地域子育て支援センター)

☎、☎921-5010

### 常設親子交流の場「おやっこさえき」

市内に在住の未就園児と保護者  
平日(8月6日、13~16日は除く)10:00~15:00  
区役所別館



当日会場

### 「おやっこさえき」健康講座

乳幼児と保護者  
9月5日(水)10:00~11:30  
区役所別館  
こどもの救急対応について【講師】広島赤十字・原爆病院担当指導員  
アプリ「母子モ」(左上二次元コード)か電話(☎943-9733)で。先着15組

### 保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(8月)

通園していない乳幼児と保護者  
各保育園・幼稚園・認定こども園



サムエル薬師が丘こども園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
花ぞの	927-8801	7日(水)	10:00~11:00	一緒に遊ぼう
アイグラン 保育園城山	961-3320	22日(土)	10:00~11:00	お誕生会・園庭開放*
アイグラン 保育園三宅	533-8901	8日(水)	10:00~10:40	保育園で遊ぼう*
吉見園	943-7801	(月)~(金)	10:00~11:00	一緒に遊ぼう*
こころはるか	941-1101	20日(火)	9:30~10:30	みんなおいで!あ・そ・ぼ*
石内	941-0506	10日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
河内	928-0311	17日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
五月が丘	941-0760	20日(火)	10:00~11:00	人形劇(ペポ)を観よう*
利松	928-7277	24日(土)	10:00~11:00	サタデー広場
八幡	928-0400	20日(火)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
千同	922-7766	27日(火)	10:00~11:00	体を動かして遊ぼう*
鈴峰園	921-1594	28日(水)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
五日市南	921-0017	20日(火)	10:00~11:00	体を動かして遊ぼう*
美の里	922-6263	24日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
五日市いちご	921-7786	9日(金)	10:00~11:30	夏まつり*

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	20日(火)	10:00~11:30	ルンビニ遊びの広場
ひろみ	923-8288	26日(月)	9:30~11:30	親子で遊ぼう!パンビルーム*
藤の木	927-5064	5日(月)	10:00~12:00	水遊び(雨天:夏祭りごっこ)*

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
サムエル薬師が丘	928-1414	8日(水)	10:00~11:30	夏祭りを楽しもう*
五月が丘	941-2960	9日(金)	10:30~11:30	水遊びをしよう*
五日市すみれ	926-2855	1日(水)	10:00~11:00	水遊びを楽しもう
ひまわりいっしょ	929-2011	16日(金)	10:00~11:00	水遊びを楽しもう*

### シニアクラブスポーツ大会参加者募集

区内に在住で昭和41年4月1日以前に生まれた人

	ペタンク	グラウンドゴルフ
開催日	9/19(木) 受け付け8:00 ※雨天の場合は翌日	10/5(土) 受け付け8:00 ※雨天の場合は翌日
会場	五日市中央公園 (五日市中央六丁目1-10)	美鈴が丘小学校グラウンド (美鈴が丘西一丁目8-1)
チーム編成	1チーム3、4人 (チーム内に女性1人以上、70歳以上1人)	個人戦
参加費	1人700円(区シニアクラブ会員は200円)	
申込締切	9/4(水)	9/20(金)
申込方法	非会員は電話で、区シニアクラブ連合会事務局へ 園同事務局(☎、☎943-3357)(月/水/木)9:00~16:00(8月12日は除く)	

\*学校名は、令和5年度交通安全児童生徒習字・標語コンクール 最優秀賞(佐伯交通安全協会会長賞)受賞当時のものです